

MATCHA LATTE TIRAMISU

Ein erfrischendes Dessert für laue Sommernächte – leicht, fruchtig und einfach zuzubereiten!

Portionen: 6 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Kühlzeit: 2-4 Stunden



ZUTATEN

Creme:

- 120ml Sahne
- 250g Magerquark
- 100g Joghurt
- 1 EL Ahornsirup
- 1 EL Zitronensaft
- etwas Vanille
- Matcha Latte Blend
- 1 EL Holunderblütensirup

Dazu:

- 500g Erdbeeren
- 100g Löffelbiskuit (nach Belieben zuckerfrei)
- Pistazien & Minze zum Garnieren

ZUBEREITUNG

1. Fülle 120ml Sahne in Deinen Vejo und mixe den Matcha Latte Blend damit. Schlage anschließend die Matcha-Sahne in einem hohen Gefäß mithilfe eines Handrührgerätes auf.
2. Vermenge Magerquark, Joghurt, Zitronensaft, Ahornsirup und Vanille miteinander. Hebe die Matcha-Sahne anschließend vorsichtig unter.
3. Wasche die Erdbeeren gründlich und schneide sie in kleine Würfel.
4. Vermische Wasser mit 1 EL Holunderblütensirup und weiche die Löffelbiskuit darin ein.
5. Schichte nacheinander Löffelbiskuit, die Matcha-Creme & die gewürfelten Erdbeeren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind.
6. Stelle das Matcha Latte Tiramisu für 2-4 Stunden kalt und garniere es anschließend mit Erdbeeren, Minze & Pistazien. Guten Appetit!



VEJO SCIENCE FACT

Matcha kann im Vergleich zu herkömmlichem grünen Tee die 137-fache Menge an Antioxidantien enthalten. Der Matcha Latte Blend enthält 124 mg EGCG, ein starkes Catechin mit einem hohen antioxidativen Potential.